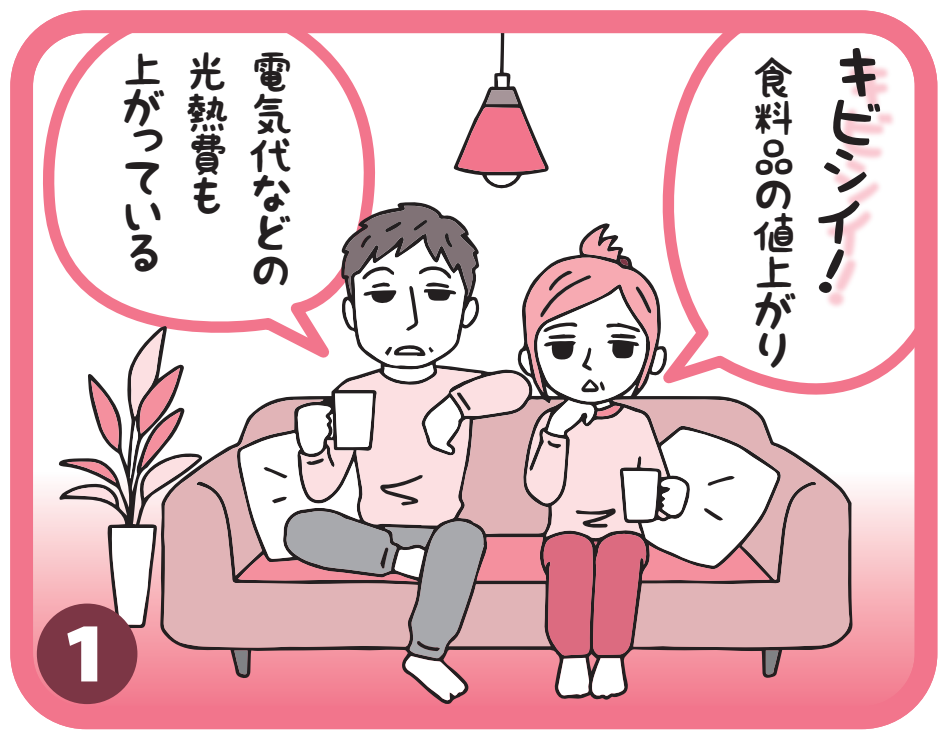
2023 冬号
くらしと保障の情報誌
ライフプラン
とちぎコープ

わが家の〝固定費〟家計を圧迫していませんか！

日々の家計の負担になっている物価上昇。そこで考えたいのが固定費の見直しです。
中でも保険料や掛金は、家計に占める割合が大きい支出のひとつです。
今が見直すタイミングかもしれません。
保障にかかる支出を見直して家計のムリ、ムダを減らしましょう。



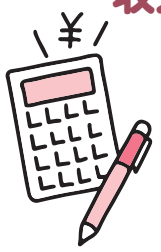
※LPAとは、ライフプラン・アドバイザーの略でお金やライフプランの専門知識を身につけた生協の組合員です。生活者の目線でお金やライフプランのアドバイス等を行っています。

発行：コープデリ共済センター

現在契約している保障と見

STEP3 ライフシーン別・保障見直し事例

収入が減少したら



家計に変化があり収入が減少した場合は、とくに現状の収入や加入している公的保険の内容などを確認して、必要保障額を正しく算出しなおしてみましょう。
確認してみて不要な保障までつけていた場合、見直すことで出費を抑えられるかもしれません。

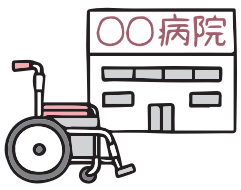
ひとり親家庭になったら

子どもを抱えてひとり親家庭になった人にとっては、生活費の確保の他に子どもの学費や自分がもしもの時のことなど多くの不安要素があります。
生活を安心して送るためには、どのような保障が必要か、冷静に考えることが大切です。

マイホームを購入したら

マイホーム購入は、大きな夢の実現であると同時に家計全体を見直す人生の節目となります。
団体信用生命保険へ加入した場合は、生命保障を下げることも検討してみましょう。

シニア世代になったら

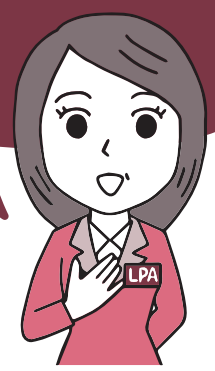


シニア世代の保障は「安心して第二の人生を送れるように」という目的で見直すことが大切です。「入院したらどのくらい費用がかかるのか」「現在の預貯金や生活資金にどの程度影響するのか」など貯蓄とのバランスを考えながら検討しましょう。

保障は一度見直したら終わりではありません。ライフスタイルの変化に応じて見直しを考えましょう。

また、解約する時などは無保障状態の空白期間が無いように気を付けましょう。

もし悩んだときは、保障のプロに相談するのも一つの方法です。



CO・OP共済にはこんな保障があります!

ずっとあい 終身生命〈低解約返戻金型〉

一生涯つづく生命保障

一生涯の生命保障を、加入時からずっと変わらない掛金で準備できます!

加入できる年齢 **0歳～満70歳**（発効日の年齢）

掛　金 **加入時より一生涯同じ掛金**

共済期間 **終身**

※年齢によって加入できるコースが違います。必要な保障額でお選びください。

■コースのご案内／死亡・重度障害（病気・事故）

200万円コース※1　300万円コース　500万円コース　1,000万円コース※2

●満60歳からは100万円コースもあります。
※1:0歳～満14歳の《たすけあい》J2000円コースにご加入の方は、200万円コースのみお申し込みいただけます。
※2:満15歳から満60歳までの方が加入できます。

300万円コース（80歳払込満了）**の月掛金**

年齢	女性	男性
20歳	3,870円	4,170円
30歳	4,830円	5,190円
40歳	6,270円	6,840円
50歳	8,670円	9,600円

※2022年9月2日以降発効契約の月掛金です。（2022.9.1改定）

ポイント

●**低解約返戻金型**なので、月々の掛金負担を抑えつつ万一に備えることができます。

●掛金の**払込期間（60・65・70・80歳払込満了）**が選べます。
※年齢によって選べる払込期間が違います。

あいぷらす

10年満期の生命・入院・がんの保障

10年満期なのでライフステージにあわせて保障を見直せます!

加入できる年齢 **満18歳～満60歳**（発効日の年齢）
※満60歳から満70歳の方向けのプランもあります。

掛　金 **加入時より10年間同じ掛金**
※満期時に契約を更新、もしくは共済期間内で契約を更改する場合はその時の年齢の掛金になります。

共済期間 **10年間**

※健康状態に関わらず満85歳まで継続できる所定のコースがあります。満85歳まで継続するためには満70歳で契約を更新または更改する必要があります（共済期間15年）。満期時にお手続きされなかった場合、更新時年齢が満70歳までの方は、満期を迎えるコースと同じ保障内容で自動更新されます（詳しくは満期時にご案内します）。

■プランのご案内／死亡・重度障害（病気・事故）

300万円　500万円　1,000万円　1,500万円　2,000万円　2,500万円　3,000万円

生命500万円の月掛金

年齢	女性	男性
20歳	500円	700円
30歳	650円	750円
40歳	1,000円	1,500円
50歳	1,700円	2,900円

※2013年9月2日以降発効契約の月掛金です。（2013.9.1改定）

ポイント

●手頃な掛金で**最高3,000万円**の保障があります。

●必要に応じて**入院特約**や**新がん特約**をつけられます。

※《ずっとあい》終身生命〈低解約返戻金型〉・《あいぷらす》は異なる保障商品です。いずれかひとつでもご加入になれます。
※CO・OP共済の保障内容について、詳しくは商品パンフレットをご覧ください。
※CO・OP共済に加入するには出資金を支払い、お近くの生協の組合員になることが必要です。生活協同組合（生協）は、お店や宅配でくらしに貢献しています。（一部お店のない生協があります）

CO・OP共済は個人情報を大切にし、個人情報保護法を守ります。

ホームページでもご覧いただけます
コープデリ　共済　検索
http://kyosai.coopdeli.coop
契約引受団体／日本コープ共済生活協同組合連合会

見直しを3ステップで確認しよう!

STEP1 契約している生命保障を確認

1. 保障の種類
2. 保障金額
3. 保障期間
4. 保険料・掛金（毎月払い・年払い・一括払い）
5. 特約の内容

確認すべきポイント

① 何のために入ったか考えよう

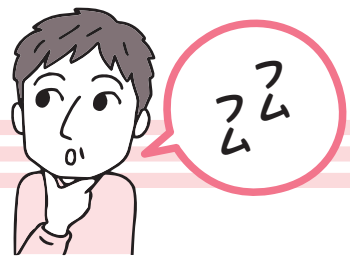
保障に加入したとき、どんなきっかけで
何のために入ったか思い出してみよう

**② 保障が重複していないか
家族全員の加入中の保障をチェック**

同じ種類の保障に入っていないか

現在契約している保障の内容については、契約時の保険証券や共済証書で確認できます。

STEP2 保障の考え方



①我が家に必要な保障はどのくらいか計算してみよう

万一の時の支出見込み額	−	その後の収入見込み額	＝	必要保障額（足りない分）
日常生活費、教育費、住居費、葬儀費用、一時的に必要な費用		遺族年金などの公的保障、企業年金、死亡退職金、貯蓄、家族の収入		生命保障

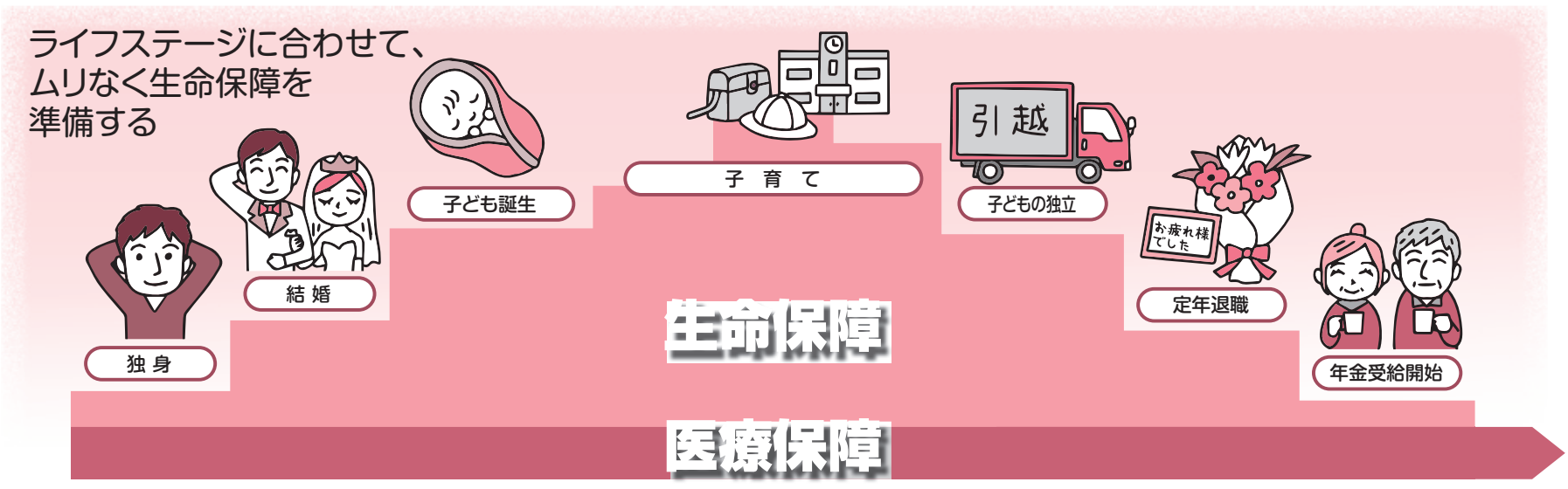
遺族年金とは

家族を養っていた人が亡くなったとき、家族の生活を守るための制度。
遺族年金は、国民年金または厚生年金保険の被保険者または被保険者であった方が亡くなったときに、その方によって生計を維持されていた遺族が受けることができる年金です。

遺族年金には、「遺族基礎年金」「遺族厚生年金」があり、亡くなった方の年金の加入状況などによって、いずれかまたは両方の年金が支給されます。
詳しくは厚生労働省ホームページ「遺族年金制度」をご覧ください。
https://www.mhlw.go.jp

②あなたのライフステージは今どこ?

**支出や収入は、子どもの誕生や成長、独立、自身の転職や定年退職などで大きく変化します。
保障を見直すタイミングはライフステージの変化があるときです。**



ライフぷらん「川柳」入賞作品発表！

皆さまのたくさんのご応募、誠にありがとうございました。

川柳テーマ
「わたしの節約術」

金賞

節約は
野菜でかさ増し
健康に

まるちBさん

銀賞

まだ行ける　詰め替え容器　ネジリ巻く

ペンギンさん

銀賞

節約で　家族でつくる　うちごはん

りょうさん

コーすけ賞

ポイントを　貯めようとして　無駄遣い　あさちゃんさん

水筒の　中身は常に　家の水　ころりん2438さん

リビングで　一家団らん　節電よ　けーさん

宅配の　ポイント貯めて　ぐるめぐり　R・Oさん

節約で　お菓子を控えてダイエット　今回こそは大成功　I・Aさん

＊ご応募いただいた作品は共済HPでもご紹介しております。是非、ご覧ください。

読者の声

前回のテーマ　自転車を乗るなら楽しく安全に！

毎回勉強になる記事をありがとうございます。【ライフぷらん】楽しみに読んでいます。講演会、相談会など興味のあるものはぜひ参加したいと思っています。　**トンマンさん**

子どもを乗せて電動自転車に乗る機会が多くなったので、交通ルールを気にかけるようになりました。今月号の内容はまさにタイムリー。自分たちの身を守りながら走行することが、周りの人達の安全を考えて走ることにつながると再認識しました。　**ビーサンさん**

ライフぷらん川柳の事で頭の中フル回転です。ボケなくて良い体操になります。　**M・Yさん**

初めて応募させて頂きました。「まちがい探し」毎回楽しんでいます。イライラ、ニヤニヤ、分かった時の嬉しさ、脳トレに励んでいます。Quizが大好きです。これからも楽しみにしていますので宜しくお願いします。　**O・Kさん**

初めてしっかり読みましたが、内容が実用的でためになりましたし、シンプルに楽しかったです。子供たちを寝かしつけた後の夜のリラックスタイムのお供に最適でした。　**カニちゃんさん**

《たすけあい》ケガや病気でお役に立てた事例
共済金お支払い事例から

ケガ通院

10代・男性
陸上の練習中転倒し、足を打撲した。

通院日数　1日
コース　J2000円コース
共済金　3,000円

加入コース	年齢	性別	ケガの内容	通院日数	お支払い金額
J1000円コース	幼児	男性	ベッドで遊んでいて棚の角で後頭部に切り傷を負った。	5日	10,000円
J2000円コース	10代	女性	バスケットボールの試合中、シュートを打ち着地の際に、相手の足を踏み、足を捻挫した。	3日	9,000円
3000円コース（女性）	50代	女性	山道を下る際に足を滑らせ、転んで右手をついて骨折した。	3日	5,250円

※医師の指示により固定具を装着した場合、ケガ通院共済金10日分が通院日数に加算される場合があります。

病気入院

60代・女性
肝疾患

入院日数　14日
コース　2000円コース（女性）
共済金　112,000円（女性サポート共済金含む）

加入コース	年齢	性別	病気の内容	入院日数	お支払い金額
2000円コース（女性）	30代	女性	産科的病態	5日	50,000円（女性サポート共済金・手術共済金含む）
2000円コース（女性）	50代	女性	子宮体がん	5日	40,000円（女性サポート共済金含む）
告知緩やか1000円コース	50代	男性	心筋梗塞	5日	30,000円（手術共済金含む）

＊掲載されている事例はあくまでもお支払い内容の一例です。　＊手術共済金は受けた手術の内容によって支払倍率が異なります。　＊同じ傷病に対する手術であっても、実際の手術内容によって支払金額が異なる場合やお支払いできない場合があります。　＊実際のお支払いにあたりましては、ご請求内容ごとのお手続きとなります。なお、掲載されている事例はすべて共済の保障期間中の出来事です。　＊《たすけあい》共済金お支払いデータより

契約引受団体／日本コープ共済生活協同組合連合会

CO・OP共済
こんなにお役に立っています！
契約引受団体
日本コープ共済生活協同組合連合会

K-83758-2310

2023年7月度

とちぎコープ	
支払金額	96,573,000円
支払件数	1,330件
全加入者	100,650件

（2023年6月入金分）

コープ共済についてのお問合せ　コープ共済センター　受付時間／9:00～18:00（月～土・祝日含む）

ご加入や保障内容の問合せ　0120-50-9431

共済金のご請求に関する問合せ　0120-80-9431

資料請求ダイヤル

コープ共済センター資料請求窓口
お問合せの際は生協名をお伝えください
フリーダイヤル　0120-497-775
受付時間（祝日は除く）　●月～金曜日 9:00～17:00　●土曜日 9:00～16:00

資料請求のページへダイレクト！

CO・OP共済 に加入するには…　出資金を支払い、お近くの生協の組合員になることが必要です。生活協同組合（生協）は、お店や宅配でくらしに貢献しています。

Quiz（クイズ）まちがい探し

問題　下の絵を比べて5カ所のまちがいを探してください。違うところにあてはまる枠内のアルファベットで答えてください。
（ただし、印刷の汚れやかすれなどは、まちがいにふくみません。）

A	B	C	D
E	F	G	H
I	J	K	L
M	N	O	P

正解者の中から抽選で10名様に、とちぎコープの500円分のQUOカードをプレゼント!!
1月20日締切り

送付先　〒336-8526　さいたま市南区根岸1-4-13
コープデリ共済センター「ライフぷらん」クイズ係 行
※共済の事務はコープデリ連合会へ業務委託しています。

夏号の答え
B・D・H・I・N
※当選者の発表は商品（QUOカード）の発送をもってかえさせていただきます。

応募方法　郵便ハガキに**答え、住所、氏名**（匿名、ペンネームを希望される方はこちらもご記入ください）、**年齢、電話番号、ご加入の生協名**、今月号の「ライフぷらん」に対する**ご意見・ご希望を記入し**、上記宛先まで郵送してください。

お寄せいただいたご意見・ご感想は本誌「読者の声」の他、共済センター制作の宣伝物に告知なく掲載する場合があります。

個人情報の取扱いに関する事項　生活協同組合コープみらい、いばらきコープ生活協同組合、とちぎコープ生活協同組合、生活協同組合コープながの、生活協同組合コープデリにいがたはご提供いただいた個人情報をプレゼント当選者の発表、プレゼントの発送およびキャンペーンまたはサービス向上のためのアンケートなどに利用します。個人情報の取扱いに関する詳細情報は、生活協同組合コープみらい共済センター、いばらきコープ生活協同組合共済センター、とちぎコープ生活協同組合共済センター、生活協同組合コープながの共済センター、生活協同組合コープデリにいがた共済センターのホームページ（https://kyosai.coopdeli.coop/）をご覧ください。